

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan *warming up* berbasis permainan tradisional terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SDN 151/IV Kota Jambi, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hubungan *warming up* berbasis permainan tradisional dapat dilaksanakan dengan baik melalui tahapan-tahapan model *Discovery Learning*. Siswa terlibat aktif dalam proses pembelajaran, mulai dari pemberian rangsangan, identifikasi masalah, pengumpulan data, hingga menarik kesimpulan melalui aktivitas permainan yang menarik.
2. Terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara pembelajaran *warming up* berbasis permainan tradisional dengan peningkatan motivasi belajar siswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,92, yang lebih besar dari r -tabel sebesar 0,361 pada taraf signifikansi 5%.
3. Penerapan model ini terbukti mampu menciptakan suasana pembelajaran jasmani yang lebih menyenangkan, aktif, dan memotivasi siswa untuk lebih terlibat dalam setiap aktivitas pembelajaran.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru PJOK:
Disarankan untuk mengintegrasikan permainan tradisional dalam kegiatan *warming up* sebagai variasi model pembelajaran, sehingga mampu meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa secara optimal.

2. Bagi Sekolah:

Sekolah dapat mendukung program pembelajaran kreatif dengan menyediakan fasilitas dan ruang Gerak yang memadai untuk pembelajaran *warming up* berbasis permainan tradisional.

3. Bagi Siswa:

Siswa diharapkan dapat lebih aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, serta memahami pentingnya *warming up* dalam menjaga kebugaran dan mencegah cedera saat berolahraga.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan model pembelajaran berbasis budaya lokal atau tradisi daerah, serta memperluas penelitian dengan melibatkan lebih banyak sampel dan variasi cabang olahraga.